

7 東金健発第 192 号
令和 7 年 9 月 26 日

事業主 各位

東京金属事業健康保険組合
「公印省略」

40 歳未満の若年層への生活習慣病重症化予防事業について

拝啓 時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。平素は当組合の事業運営につきまして、格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき 40 歳以上の加入員を対象に、特定保健指導を実施していますが、40 歳未満の若年層にも、特定保健指導対象者と同等の生活習慣病のリスクを抱えている方がいることから、より早いうちに重症化予防・保健指導を実施し、生活習慣を改善することでリスクを回避し、将来的な生活習慣病を予防するために、実施要項のとおり、スマホのビデオ通話による面談、チャット相談などの ICT を活用した 40 歳未満の若年層への生活習慣病重症化予防事業（特定保健指導支援相当のプログラム）を実施いたします。

事業の主旨をご理解いただき、対象者の健康意識向上、積極的利用の促進にご協力いただきますようお願いいたします。

敬具

問い合わせ先
健康管理部 健康管理課
担当： 若狭・吉田
電話番号 03-3866-2869

ICT を活用した 40 歳未満の生活習慣病重症化予防事業 実施要項

1. 目的

40 歳未満の加入員の生活習慣病の早期発見・重症化予防については、法定の特定保健指導の対象年齢外であっても、当組合が健康状態の把握と介入を強化し、40 歳未満の若年層に向けて生活習慣改善のサポートを実施することで、ヘルスリテラシーの向上、飲酒を含む食生活の見直しなど、対象者の行動変容を目的とする。

2. 対象者

35 歳から 38 歳までの加入員（令和 6 年度末時点）、かつ、令和 6 年度の健診結果から特定保健指導の積極的支援相当の該当者

以下の基準に該当する者

腹 囲	追加リスク（下記の 1～3 の該当数）
A 男性 85 cm 以上 女性 90 cm 以上	2 つ以上該当、又は 1 つ該当＋喫煙歴あり
B 上記以外で BMI * が 25 以上	3 つ該当、又は 2 つ該当＋喫煙歴あり

追加リスク

1. 血 糖：空腹時血糖 ≥ 100 mg/dl、又は HbA1c $\geq 5.6\%$
2. 脂 質：中性脂肪 ≥ 150 mg/dl（やむを得ない場合は、随時中性脂肪 ≥ 175 mg/dl）、又は HDL コレステロール < 40 mg/dl
3. 血 圧：収縮期血圧 ≥ 130 mm Hg、又は拡張期血圧 ≥ 85 mm Hg

*BMI = 体重 (kg) $\div$ 身長 (m) $\div$ 身長 (m)

3. 実施方法

スマホなどを利用した ICT による重症化予防・特定保健指導支援相当プログラムを約 3 か月間実施します。

4. 実施時期

令和 7 年 10 月～令和 8 年 2 月頃

5. 委託事業者

スギ薬局グループ スギウェルネス株式会社

6. 参加費用

参加者費用は発生しません。

7. 参加者へのインセンティブ

参加者には、スマートウォッチなどの健康支援グッズを提供

8. 案内状送付方法

該当者のご自宅宛てに送付

事業原資

本事業に係る費用の一部は、国の「令和 7 年度 医療DXを活用した保健事業の取組等に対する財政支援」補助金により賄う予定（事業計画申請中 令和 7 年 7 月）